

おおえメンタルクリニックゆう デイケア『リカバリープログラム』

2020.4

4月	月	火	水	木	金
			1日	2日	3日
午前	・プログラムは変更になる可能性があります。		マインドフルネス	社会資源を学ぼう	茶話会
午後			SST	運動をしよう	やさしい精神医学
	6日	7日	8日	9日	10日
午前	習字をしよう	陶芸教室	茶道教室	お悩み相談会	座禅
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング	行動療法	運動をしよう	心理教育
	13日	14日	15日	16日	17日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	音楽鑑賞	映画鑑賞
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	やさしいストレッチ
	20日	21日	22日	23日	24日
午前	華道教室	陶芸教室	マインドフルネス	お悩み相談会	座禅
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング	行動療法	運動をしよう	心理教育
	27日	28日	29日	30日	
午前	英会話	パソコンをしよう	昭和の日	ヨガ	
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング	お休み	運動をしよう	